

やさしい日本語

みなさんは「やさしい日本語」という言葉を聞いたことがありますか。どんな日本語を想像しますか。「やさしい」には二つの漢字が当てはまります。「優しい」と「易しい」です。いろいろな定義があると思いますが、この漢字から考えると、一つは、相手を思いやる日本語、もう一つはわかりやすい簡単な日本語になるでしょうか。小さなお子さんやご高齢の方、日本で生活している外国の方のために考えられたものだといえます。

日本語には敬語があり、相手を思う気持ちを表します。敬語を使わないと、乱暴で失礼な印象を与えてしまうかもしれません。敬語を一切使わないで話すのは、最初はとても難しいと思います。まずはやさしい日本語の条件を考えてみましょう。

【話すとき】

1. 難しい単語はわかりやすい言葉に変える。

例) 可燃ごみの収集日 → 燃えるごみを集める日

2. 熟語は使わないで具体的に話す。



例) 食品 → たべもの 崩壊 → こわれる 救急 → 急な病気、けが

3. 一文を短く、情報を一つだけ入れる

例) 地震が発生したため、お近くの小中学校へ避難してください。

→ じしんがおこりました。近くの小学校、中学校へ にげてください。

4. ゆっくり話す

【書くとき】

5. 漢字にふりがなをつけて読みやすくする。

6. 分かち書きにする

例) 区役所までメールかお電話でお申込みください。

→ 区役所まで メールか お電話で お申込み ください。



7. 絵を描いて説明する

【練習してみよう】

例文を 考えましたので、どんなふうに工夫したら「やさしい日本語」なるのか、みなさんも 考えてみてください。

例) 明日は授業参観日です。終日開放しておりますので、ご自由にご参加ください。

→ (解答例) あした がっこうは ずっとあいています。子どもたちを 見に来てください。

正解はありません。相手に伝わればどんな 形 でもそれが最適解ということになるでしょう。

2025年5月現在練馬区に住む外国の方は 28,031名です。2054年には 61,583名になると予測さ

れています。2024年から30年で約2.6倍です。国籍もさまざまで、多くの人が日本語を学んでいて、

かんたん「やさしい日本語」ならわかる、話せるという方が増えてきています。いろいろな国の方同士

でも、「やさしい日本語」を使って話せるのが、いい事だと思います。

わたし、かいがい かつた む かんこう 私は、海外の方に向けて観光ガイドもしていますが、観光地や日本食だけではなく日本語

への関心もとても高いです。「ありがとう」「さようなら」など練習してきてくださると、とてもうれしくな

ります。そんな方々から「これだけは覚えるといい日本語を教えてください。」と、よく聞かれます。

みなさんなら何を思い浮かべますか。わたしは、ひとことでいろいろな意味を持っている「すみません」

なら旅行中にも便利で役に立つだろうと思って、伝えていきます。「すみません」は、いろいろな使い

かた 方があると思います。

1. 話のきっかけになる すみません。例)すみません。練馬駅はどこですか。

2. 許しを得る すみません。例)すみません。降ります。(電車で)

3. レストランやお店での すみません。例)すみません。注文をお願いします。

すみません。お会計をお願いします。

4. ごめんなさいの すみません。例)誰かとすれ違い際にぶつかった時。

5. ありがとうの すみません。例)親切にいただいた時。落とし物を拾ってもらった時。

せかいじゅう ことば いちげんご 世界中の言葉が一言語だけでいろいろな国の人たちと自由にさまざまな話 ができるらしいの

にとも思うこともありますが、言葉は 昔 の人の深い歴史が作り上げたもので、大切な文化ですから、

たが り かい わたし げんご はな お互いに理解し、私 たちもいろいろな言語が話せるようになりたいです。



事業推進係からのお知らせ

〈文化交流ひろば情報コーナーをご利用ください〉

日本語学習の情報や外国人のための生活情報などを多言語により提供します。

【場所】 練馬区光が丘3-1-1

【電話】 03-3975-1252

【開設日時】 平日（午前10時～午後1時）、土・日・祝（午後1時～4時）

※年末年始など「文化交流ひろば」休館日を除く

【対応言語】 英語（火・木・土）、中国語（水・金・日）、韓国語（月）

※その他の言語はお問い合わせください。

〈外国語相談窓口をご利用ください〉

地域振興課事業推進係では、英語・中国語・韓国語・タガログ語・日本語でいろいろな相談ができます。電話での相談も受け付けます。

【場所】 地域振興課（区役所本庁舎9階） 練馬区豊玉北6-12-1

【電話】 03-5984-4333

【開設日時】 平日（午後1時～5時）

【対応言語】 英語：月～金、中国語：月～金、韓国語：金、タガログ語：月

※その他の言語はお問い合わせください。

〈日本人と外国人が交流できるイベントなどを開催しています。詳しくはこちら〉

【区公式HP】 <https://www.city.nerima.tokyo.jp/gaikokunohitomuke/bunka.html>

【QRコード】 

練馬区地域振興課事業推進係
〒176-8501

練馬区豊玉北6-12-1
練馬区役所本庁舎9階

電話 03（5984）4333

e-mail: CHIIKI17@city.nerima.tokyo.jp

編集：文化交流ひろば
（光が丘3-1-1）

多言語情報支援員

西浦潤子（英語担当）

山崎百合（中国語担当）

呂佳玉（韓国語担当）

Summer, 2025

Information Desk Support Staff (English)

NISHIURA Junko

Yasashii Nihongo (Plain Japanese)

Have you ever heard of the term “easy Japanese” or “simple Japanese”? What kind of Japanese do you imagine? Two Kanji characters apply to the word “yasashii.” One is gentle and the other is easy. I'm sure there are many definitions, but given these kanji,

one would mean caring for others, and the other would mean easy to understand and simple. This can be said to be designed for children, the elderly, and non-Japanese people living in Japan. The Japanese language has honorifics, which expresses one's respect toward the other person. Honorifics may give the impression of talking without being rough and rude. For Japanese people, it is very difficult to speak without using any honorifics at the beginning.

First of all, let's consider the requirements for plain Japanese.

When we talk

1. Change the difficult words into easy-to-understand ones

e.g.) Garbage collection day for burnable waste →

The day they collect the burnable garbage

2. Speak specifically without using idioms.

e.g.) Food products → Tabemono, Collapse → to break down

Emergency → sudden illness or injury



3. Write short sentences and include only one information

e.g.) Please evacuate to the nearest elementary or junior high school due to the earthquake. →An earthquake occurred. Run to the nearby elementary or junior school.

4. Speak slowly

When we write

5. Put furigana (hiragana/katakana) on kanji characters to make them easier to read

6. Write Japanese with a space between words; leave a space between words

e.g.) Please apply to the City Office by email or phone.

7. Draw a picture to explain



Let's practice

I came up with some example sentences, so please think together about how we can make this Japanese plainer to understand.

e.g.) It is open day tomorrow. We will be open all day, so please feel free to attend.

(Example)

Ashita gakkouwa zutto aiteimasu. Kodomotachini ainikitekudasai.

(Sample answer)

The school will be open all day tomorrow. Come and see the children.

There is no correct answer. If it is conveyed to the other party, it will be the best solution in any form. If everyone can understand what you want to say, it will be the best solution in any form.

As of May 2025, there are 28,031 international residents in Nerima City. It is predicted that the number of residents will be 61,583 by 2054. By the time 30 years come around from 2024, we'll have almost 2.6 times of the current figure. Nationalities vary widely, and many residents may be learning Japanese. More and more people may be able to understand and speak plain Japanese.

It is good that people from various countries can talk with each other using plain Japanese.

I am also a tourist guide for people from overseas, and they are very interested not only in tourist spots and Japanese food, but also in the Japanese language. It makes me very happy when they say “arigato” “sayonara” and so on. I am often asked by such visitors, “Please tell me the one Japanese phrase I should memorize. What would you think of? I tell tourists “sumimasen” (excuse me) which has many meanings in a single word. I think it will be useful and convenient while traveling

1. “sumimasen” to start a conversation.
e.g.) “sumimasen” Where is Nerima station?
2. “sumimasen” to ask forgiveness.
e.g.) “sumimasen” I’m getting off. (on the train)
3. “sumimasen” in a restaurant or a store.
e.g.) “sumimasen” I’d like to order, please. “sumimasen” May I have the check, please?
4. “sumimasen” to say sorry.
e.g.) When you bump into someone while passing them.
5. “sumimasen” for thank you.
e.g.) When they were kind to you. When someone picked up something you dropped.

I wish I could speak freely with people from various countries in only one language in the whole world. The language is an important culture created by the deep history of people in the past, and I want to understand each other and hope to be able to speak various languages as well.



Information from Nerima City Regional Promotion Section

<Welcome to Information Desk at Cultural Exchange Square>

We provide all sorts of useful information in some languages for your daily life, including Japanese language classes and so on.

【Venue】 3-1-1、Hikarigaoka, Nerima City

【Telephone number】 03-3975-1252

【Open】 Weekday 10:00a.m.-1:00p.m.

Saturday, Sunday, holidays 1:00-4:00p.m.

※Closed: When Culture Exchange Square is closed, and the end of year and new year holidays.

【Languages】 English : Tue. Thu. Sat. Chinese: Wed. Fri. Sun.

Korean : Mon. ※Please make inquiries for other languages.

<Please visit the Information Desk at Nerima City Office>

Counseling service in English, Chinese, Korean, Tagalog and Japanese is available at Nerima City Regional Promotion Section. Counseling on phone is also available.

【Venue】 Regional Promotion Office, 9th floor of Nerima City Main Building

6-12-1, Toyotamakita, Nerima City

【Telephone Number】 03-5984-4333

【Open】 1:00p.m.-5:00p.m.

【Languages】 English : Mon.~Fri. Chinese : Mon.~Fri.

Korean : Fri. Tagalog : Mon.

※For other languages, please make inquiries.

We hold events where Japanese and foreigners can interact with each other.

For more information

【Nerima City Official HP】

<https://www.city.nerima.tokyo.jp/gaikokunohitomuke/bunka.html>



Nerima City Office
Regional Promotion Section
〒176-8501 6-12-1, Toyotamakita,
Nerima, 9th floor,
Nerima City Main Building
Phone: 03-5984-4333
Email: CHIIKI17@city.nerima.tokyo.jp

Edited by Nerima Cultural
Exchange Square
(Hikarigaoka3-1-1)
Staff: Nishiura Junko (English)
Yamazaki Yuri (Chinese)
Yeo Gaok (Korean)

练马区情报网

2025 年夏号

多言语情报支援员（英语担当）

西浦 潤子

简易日语

你听说过简易日语这个词吗？你想象中是什么样的呢？日语中「やさしい」这词有二个意思。我认为一个是对人温和友善为他人着想。另一个是容易理解，简易日语是为小孩和老人，还有居住在日本的外国人设计的。

在日语中，我们使用敬语来表达对他人的感情。如果你不使用敬语，你可能会给人留下粗鲁无礼的印象。我认为，一开始完全使用敬语来讲话会非常困难。首先，我们来考虑一下简易日语的条件。

说话时

1 将难懂的单词变成易于理解的单词

例)可燃垃圾收集日→厨余，纸，塑料，
木制品，纺织品垃圾收集日

2 不要使用成语，要表达具体

例)食品→食物 倒塌→破碎 急救→突发疾病受伤



3 句子简短，一句一条信息

例)发生地震了。请到最近和学校避难。

4 慢慢说话

书写时

5 在汉字中添加假名，便于阅读

6 把语句分段成单词写

例)请通过电子邮件或电话向区役所申请

请 通 过 电 子 邮 件 或 电 话 向 区 役 所 申 请

7 画图解释

让我们练习一下

我例举一些短文，让你思考一下如何将它们转换成更简易的日语句子。

例)明天是学校参观日，全天开放，欢迎随时参加观看

→ 样本答案)

明天 学校 全天开放 请来看看孩子们。

没有正确的答案，只要对方能理解这个信息，就是最佳 的方案。

截止 2025 年 5 月，有 28031 名外国人居住在练马区。据预测到 2054 年将有 61583 人。从 2024 年起的 30 年后约为 2.6 倍。他们来自各种各样的国家，很多人都在学习日语，能够理解和说简易懂的日语的人数正在不断增加。



我认为能够用简易的日语与来自不同国家的人交谈是件好事。

我还担任海外游客的导游，他们不仅对旅游景点和日本美食感兴趣，而且对日语也很感兴趣。他们练习说“谢谢”“再见”等单词时的我感到非常开心。经常会有游客问我学会了哪句日语，在日本比较实用请告诉我。我想到了日本人常用的「すみません」这个词有很多不同的含义，在旅行时很方便实用。

例 1 谈话开场白的「すみません」打扰一下，练马站是哪个方向。

例 2 请求原谅的「すみません」我要下车了。

例 3 餐馆或商店叫服务员。「すみません」可以点菜了吧。

「すみません」请结账。

例 4 当自己撞到某人时。「すみません」

例 5 有人对你友好时或当有人捡起你丢失的东西时。谢谢你了，
「すみません」

我有时会想，如果世界上只有一种语言，我们就可以和来自不同国家的人们自由地谈论各种事情，那该有多好。语言是古人们在深厚的历史环境地理综合所创造的东西，是一种重要的文化，所以我希望相互理解，能讲各种语言。



事业推进系通知

＜请利用文化交流广场信息角＞

用多种语言为外国人提供学习日语和生活信息

【地址】练马区光丘 3-1-1

【电话】03-3975-1252

【开设时间】平日的上午 10 点～下午 1 点

星期六 日 假日的下午 1 点～4 点 年末年始文化广场休馆

【对应语言】英语：星期二 星期四 星期六

中文：星期三 星期五 星期六

韩国语：星期一 ※其他语言请先与我们联系

＜外语咨询窗口为您服务＞

地域振兴课事业推进系可以用英语、中文、韩语、菲律宾语、日语为您提供咨询服务，并接受电话咨询。

【地址】地域振兴课（练马区役所本厅 9 楼） 练马区丰玉北 6-12-1

【电话】03-5984-4333

【开设时间】平日下午 1 点～5 点

【对应语言】英语：星期一～星期五 中文：星期一～星期五

韩语：星期五 菲律宾语：星期一

※ 其他语言请先与我们联系

＜日本人与外国人定期举办交流会 详情请见下＞

【区公式 HP】

<https://www.city.nerima.tokyo.jp/gaikokunohitomuke/bunka.html>

【QR】



练马区地域振兴课事业推进系
〒176-8501 练马区丰玉北 6-12-1

练马区役所本厅 9 楼

电话: 03 (5984) 4333

e-mail: CHIKI17@city.nerima.tokyo.jp

编辑：文化交流广场
（光丘 3-1-1）

多语言情报支援员

西浦 潤子（英语担当）

山崎 百合（中国语担当）

呂 佳玉（韩国语担当）

2025 년 여름호
다언어 정보 지원원(영어 담당)

니시우라 준코

쉬운일본어

여러분은 "쉬운 일본어"라는 말을 들어 본적이 있습니까?
어떤 일본어를 상상하시나요? '야사시이'에는 두 가지 한자가 있습니다. '친절하다'와 '쉽다'입니다. 여러 가지 정의가 있겠지만, 이 한자들을 생각하면 하나는 상대방을 배려하는 일본어이고, 또 하나는 이해하기 쉽고 간단한 일본어일 것 같습니다. 이는 어린 아이들이나 노인 분들, 일본에서 생활하는 외국인들을 위해 고안된 것이라고 할 수 있습니다.

일본어에는 존댓말이 있어서, 상대방을 생각하는 마음을 표현합니다. 존댓말을 사용하지 않으면, 거칠거나 무례하다는 인상을 줄 수도 있습니다. 존댓말을 전혀 사용하지 않고 말하는 것은 처음에는 매우 어렵다고 생각합니다. 먼저, 쉬운 일본어의 조건에 대해 생각해보도록 합시다.

말할 때

1. 어려운 단어는 이해하기 쉬운 말로 바꾸기
예) 가연성 쓰레기 수거일
→ 불에 타는 쓰레기를 모으는 날
2. 속어는 사용하지 않고 구체적으로 말하기
예) 식품 → 먹을 것, 붕괴 → 부서지다,
응급→ 갑작스러운 병이나 다침
3. 한 문장은 짧게, 정보를 하나씩 넣기
예) 지진이 발생했으니까,
가까운 초등학교로 피난하세요.
→ 지진이 났어요. 가까운 초등학교나 중학교로 대피하세요.
4. 천천히 말하기



글 쓸 때

5. 한자에 후리가나(읽는 표기)를 붙여서 읽기 쉽게 만들기

6. 띄어 쓰기

예) 구청에이메일이나전화로신청하세요.

→ 구청에 이메일이나 전화로 신청하세요.

7.그림을 그려서 설명하기



연습해봅시다

예문을 생각해봤으니까, 어떻게 하면 쉬운 일본어가 되는지, 여러분도 생각해 보세요.

예) 내일은 수업 참관일입니다. 종일 개방하고 있으니까, 자유롭게 참가해 주십시오.

해답 예) 내일 학교는 계속 열어놓고 있습니다. 아이들을 보러 와 주세요.

정답은 없습니다. 상대방에게 뜻이 전해진다면 어떤 형태라도 그것이 최적문이라고 할 수 있겠지요.

2025 년 5 월 현재, 네리마구에 거주하는 외국인 수는 28,031 명입니다. 2054 년에는 61,583 명으로 늘어날 것으로 예상됩니다. 2024 년부터 30 년 동안 약 2.6 배 증가할 겁니다. 국적도 다양하며, 많은 사람들이 일본어를 배우고 있고, 간단하고 쉬운 일본어를 이해하거나 말할 수 있는 분들이 늘어나고 있습니다. 여러 나라 사람들끼리도 쉬운 일본어를 사용해서 이야기하는 것이 좋은 일이라고 생각합니다.

저는 해외 분들을 대상으로 관광 가이드도 하고 있는데, 관광지나 일본 음식뿐만 아니라 일본어에 대한 관심도 매우 높아지고 있습니다. "아리가토", "사요나라" 등 연습해 오시면 매우 기쁩니다. 그런 분들께"이것만은 꼭 외우면 좋은 일본어를 알려 주세요."라고 자주 들곤 하십니다. 여러분은 어떤 것을 떠올리시나요? 저는 여러 의미를 가진 한 단어인 "스미마센"이 여행 중에도 편리하고 도움이 될 것 같아 전달하고 있습니다. "스미마센"은 여러 가지 용도로 사용할 수 있다고 생각합니다.

1. 대화의 시작이나 도움을 요청할 때: "스미마셴"
 예) ("스미마셴" 네리마 역이 어디인가요?)
 이 경우, "실례합니다" 또는 "죄송합니다"라는 의미로, 상대방의 도움을 요청하는 상황입니다.
2. 허락이나 양해를 구할 때 (전철에서 내릴 때 등): "스미마셴"
 예) ("스미마셴"내리겠습니다.)
 이때는 "미안합니다" 또는 "실례합니다"라는 의미로, 양해를 구하는 표현입니다.
3. 레스토랑이나 가게에서 주문하거나 계산할 때: "스미마셴"
 예) ("스미마셴"주문 부탁드립니다.)
 또는("스미마셴"계산 부탁드립니다.)
 이 경우, "실례합니다" 또는 "죄송합니다"라는 의미로, 요청을 할 때 사용됩니다.
4. 사과할 때: "스미마셴"
 예)누구와 부딪혔을 때:
 이 경우, "죄송합니다" 또는 "미안합니다"라는 의미로, 사과의 표현입니다.
5. 감사의 표현으로: "스미마셴"
 ① 예) 친절하게 대해 주었을 때, 또는 물건을 주운 사람에게: "스미마셴"
 이 경우, 감사의 의미를 담고 있으며, 정중한 표현입니다.
 ② 전세계의 말이 한 언어로 여러 나라 사람들과 자유롭게 다양한 이야기를 할 수 있으면 좋겠다고 생각하기도 합니다만, 말은 옛 사람의 깊은 역사가 만들어진 것으로, 중요한 문화이기 때문에, 서로 이해하고, 우리도 여러가지 언어를 할 수 있게 되고 싶습니다.



사업추진계에서 알림

<문화교류광장 정보코너를 이용해 주십시오>

일본어 학습정보와 외국인을 위한 생활 정보 등을 다국어로 제공합니다.

【장소】 네리마구 히카리가오카 3 - 1 - 1

【전화】 03 - 3975 - 1252

【개설시기】 평일은 오전 10시 ~ 오후 1시

토 · 일 · 축일은 오후 1시 ~ 4시

※연말연시 등 「문화교류광장」 휴관일은 제외

【대응언어】 영어 : 화 · 목 · 토 중국어 : 수 · 금 · 일 한국어 : 월

※그 외의 언어는 문의해 주세요.

<외국어 상담창구를 이용해 주세요>

지역진흥과 사업추진계에서는 영어 · 중국어 · 한국어 · 타갈로그어 · 일본어로 여러 가지 상담이 가능합니다. 전화로도 상담을 받고 있습니다.

【장소】지역진흥과 (구청 본청사 9층) 네리마구 토요타마키타 6 - 12 - 1

【전화】 03 - 5984 - 4333

【개설일시】 평일 오후 1시 ~ 5시

【대응언어】 영어 : 월 ~ 금 중국어 : 월 ~ 금 한국어 : 금 타갈로그어 : 월

※그 외의 언어는 문의해 주세요.

일본인과 외국인이 교류할 수 있는 이벤트 등을 개최하고 있습니다. 상세한 내용은 여기로

【구공식 홈페이지】 <https://www.city.nerima.tokyo.jp/gaikokunohitomuke/bunka.html>

【QR】



네리마구지역진흥과 사업추진계
〒176 - 8501
네리마구 토요타마키타 6 - 12 - 1
네리마구청 본청사 9층
전화 03 (5984) 4333
e-mail:CHIKI17@city.nerima.tokyo.jp

편집: 문화교류 광장
(히카리가오카 3 - 1 - 1)
다국어 지원 담당자
니시우라 준코(영어 담당)
야마사키 유리 (중국어 담당)
여 가옥(한국어 담당)